Las MUCHAS CARAS del ENVEJECIMIENTO

Las personas mayores y la salud mental

Aproximadamente el 20 por ciento de los estadounidenses de 55 años o más experimenta desórdenes mentales específicos en algún momento. Los desórdenes más comunes, en orden de preponderancia, son:

- Trastornos de ansiedad, tales como fobias y trastorno obsesivo-compulsivo;
- Deterioro cognitivo grave, incluyendo la enfermedad de Alzheimer, y
- Trastornos en el estado de ánimo, como depresión.

La esquizofrenia y trastornos de personalidad son menos comunes. Sin embargo, hay evidencia de que no se informa totalmente los trastornos mentales en las personas mayores.

Los trastornos mentales representan una grave amenaza para la salud y bienestar de las personas mayores. Las personas mayores tienen el índice más alto de suicidio en Estados Unidos y, aunque sólo representan el 13 por ciento de la población, las personas de 65 años o más cometen el 20 por ciento de todos los suicidios. Los hombres blancos de 85 años o más son especialmente vulnerables, con un índice de suicidio seis veces mayor que el de la población en general. Los trastornos mentales también pueden afectar negativamente la capacidad de las personas mayores para recuperarse de otros problemas de salud. Los ataques al corazón tienen cinco veces más probabilidades de ser fatales en una persona con depresión. El riesgo de muerte para los residentes con depresión grave en una residencia de ancianos es 60 por ciento más alto que para los residentes que no tienen este trastorno mental.

La aparición de los trastornos varía ampliamente en las personas mayores con enfermedades mentales. Algunos han sufrido una enfermedad mental grave y persistente durante la mayor parte de su vida adulta, mientras que otros han tenido casos periódicos de enfermedad mental. Mucha gente experimenta trastornos mentales o problemas de salud mental por primera vez a una edad avanzada. La pérdida de un ser querido u otras pérdidas que ocurren a edad avanzada por lo general exacerban estos problemas. Los trastornos mentales también varían en gravedad, desde problemáticos, o incapacitantes, hasta fatales. Desafortunadamente, aunque existen tratamientos para muchos trastornos mentales comunes, todavía existen barreras para identificar y tratar los trastornos mentales en las personas mayores.

Prejuicios contra la vejez

Mucha gente cree equivocadamente que los trastornos mentales, como la depresión o la demencia, son normales en las personas mayores y que no hay tratamientos eficaces disponibles. Otro mito sugiere que las personas mayores no pueden cambiar, experimentar un crecimiento sicológico y espiritual, o contribuir a la sociedad. Por esto, son vanos los esfuerzos para mejorar su salud mental.

Estigma

Algunas personas mayores creen que los trastornos de la salud mental y su tratamiento son vergonzosos, representan un fracaso personal o llevarán a la pérdida de autonomía. Por esto ellos pueden negar que tengan problemas mentales o no aceptar el tratamiento de los proveedores de cuidados para la salud mental.

Diferencias en síntomas y tratamientos

Los trastornos mentales que experimentan las personas mayores pueden diferir de aquellos que acontecen en las personas más jóvenes, lo que puede dificultar un diagnóstico preciso y el tratamiento. Por ejemplo, una persona mayor con depresión tiene más probabilidades de informar síntomas físicos, como insomnio o dolor, antes que sentimientos de tristeza o de inutilidad. También es importante indicar que muchos médicos y otros profesionales de la salud podrían no proporcionar un eficaz cuidado de la salud mental porque no han recibido una formación adecuada para diagnosticar y tratar los trastornos mentales en las personas mayores.

Acceso inadecuado a los servicios

Muchos proveedores de cuidados para la salud mental o de servicios para las personas mayores han dado escasa atención a los problemas mentales de éstas. Medicare y Medicaid ofrecen beneficios limitados para los servicios de salud mental. Los medicamentos con receta, que a menudo son un elemento importante en los tratamientos de salud mental, podrían ser demasiado caros para las personas mayores con ingresos fijos. Además, podría ser que no dispongan de transporte para ir a las citas de asesoría o de los grupos de apoyo.

Falta de profesionales

Existe una falta a nivel nacional de profesionales experimentados en salud y servicios sociales, y entrenados para proporcionar cuidados para la salud mental de las personas mayores. Como respuesta, el Departamento de Salud y Servicios Humanos inició varios programas para mejorar la salud mental de las personas

mayores. La Dirección General de Salud Pública publicó un informe histórico sobre salud mental en 1999, y la Administración Estadounidense para el Envejecimiento (AoA) publicó un suplemento a este informe que detalla varios temas importantes sobre la salud mental y el envejecimiento y los esfuerzos innovadores para tratarlos. Ambas publicaciones pretenden contrarrestar muchos mitos acerca de la salud mental de las personas mayores y guiar el desarrollo de políticas y programas para que satisfagan las necesidades de estas personas.

La red para personas mayores de AoA ofrece una variedad de servicios de apoyo que son cruciales para ayudar a las personas mayores con problemas de salud mental.

Las Subvenciones de Demostración a los Estados para la Enfermedad de Alzheimer, de AoA, promueven la elaboración de modelos innovadores para el cuidado de las personas con la enfermedad de Alzheimer, aquellos que los cuidan y sus familias. El programa funciona por medio de una sociedad de las agencias del área para personas mayores, defensores de los cuidados para la demencia, proveedores de servicios y agencias comunitarias locales. Muchos esfuerzos como éste centran sus servicios en poblaciones a quienes es difícil llegar, como son las minorías étnicas y las familias de bajos ingresos o rurales.

Quienes cuidan a las personas mayores tienen índices de depresión más altos de lo normal. El Programa Nacional de Apoyo para los que Proporcionan Cuidado a la Familia, establecido en noviembre de 2000, ayuda en la provisión de:

1. Información individualizada sobre los recursos disponibles de apoyo a las personas que brindan los cuidados;

2. Ayuda a las familias para encontrar los servicios;

3. Asesoría a la persona que brinda los cuidados, entrenamiento y apoyo de sus homólogos;

4. Cuidado con descanso, y

5. Servicios suplementarios limitados.

Las agencias hermanas de AoA dentro del Departamento de Salud y Servicios Sociales proveen el liderazgo en la investigación de los trastornos mentales, la entrega de los servicios de salud mental y entrenamiento para los expertos en salud geriátrica.

A medida que envejece la generación que nació después de la Segunda Guerra Mundial, se espera que aumente el número de personas mayores con problemas mentales. AoA se compromete a trabajar conjuntamente con otras organizaciones privadas y del gobierno para mejorar la salud mental de las personas mayores ahora y en el futuro.

AoA, que trabaja en estrecha colaboración con organismos del Departamento de Salud y Servicios Sociales de EE.UU., es el organismo federal oficial dedicado al desarrollo de políticas, la planificación y la entrega de servicios de apoyo basados en el hogar y la comunidad para las personas mayores y la gente que los cuidan. AoA trabaja por medio de la red nacional para personas mayores, que tiene 57 Unidades estatales para Personas Mayores, 655 Agencias del Área para Personas Mayores, 225 organizaciones tribales e indígenas que representan a 300 organizaciones tribales de indígenas estadounidenses e indígenas de Alaska, dos organizaciones que sirven a los indígenas hawaianos y miles de proveedores de servicios, centros para el cuidado de adultos, personas que proporcionan cuidados y voluntarios.

Si desea obtener más información sobre AoA, póngase en contacto con:

U.S. Administration on Aging	Teléfono:	(202) 619-0724
Department of Health and Human Services	Fax:	(202) 260-1012
200 Independence Avenue, S.W.	E-mail:	aoainfo@aoa.gov
Washington DC 20201	Web:	www.aoa.gov

Localizador de cuidados para ancianos: 1-800-677-1116, de lunes a viernes, de 9 a.m. a 8 p.m., hora del este